

উত্তরগীতা

অথ প্রথমোহধ্যায়ঃ

(অথগুং সচ্চিদানন্দমবাস্ত্বানসগোচরম্ ।
আত্মানমখিলাধারমাশ্রয়েহীষ্টসিদ্ধয়ে ॥)
অৰ্জুন উবাচ -
যদেকং নিষ্কলং ব্রহ্ম ব্যোমাভীতং নিরঞ্জনম্ ।
অপ্রতর্ক্যমবিপ্লৱং বিনাশোংপত্তিবৰ্জিতম্ ॥ ১ ॥

কৈবল্যং কেবলং শান্তং শুদ্ধমত্যন্তনির্মলম্ ।
কারণং যোগনির্মুক্তং হেতুসাধনবৰ্জিতম্ ॥ ২ ॥

হৃদয়ান্বজমধ্যস্থং জ্ঞানজ্ঞেয়স্বরূপকম্ ।
তৎক্ষণাদেব মুচ্যেত যজ্ঞজ্ঞানাদ্রুহি কেশব ॥ ৩ ॥

শ্রীভগবানুবাচ -
সাধু পৃষ্টং মহাবাহো বুদ্ধিমানসি পাণ্ডব
যন্মাং পৃচ্ছসি তত্ত্বার্থমশেষং প্রবদাম্যহম্ ॥ ৪ ॥

আত্মমন্ত্রস্য হংসস্য পরস্পরসমন্বয়াৎ ।
যোগেন গতকামানাং ভাবনা ব্রহ্ম চক্ষতে ॥ ৫ ॥

শরীরিণামজস্যন্তং হংসস্বং পারদর্শনম্ ।
হংসো হংসাক্ষরং চৈতৎকূটস্থং যতদক্ষরম্ ।
তদ্বিদ্বানক্ষরং প্রাপ্য জহ্যান্মরণজন্মনী ॥ ৬ ॥

কাকীমুখং ককারান্তমুকারণেতনাকৃতিঃ ।
অকারস্য তু লুপ্তস্য কোহর্থঃ সম্প্রতিপদ্যতে ॥ ৭ ॥

গচ্ছংস্তিষ্ঠন্মদা কালং বায়ুস্বীকরণং পরম্ ।
সর্বকালপ্রয়োগেন সহস্রায়ুর্ভবেন্নরঃ ॥ ৮ ॥

যাবৎপশ্যেৎখগাকারং তদাকারং বিচিন্তয়েৎ ।
খমধ্যে কুরু চাত্মানমাত্মমধ্যে চ খং কুরু ।
আত্মানং খময়ং কৃশ্বা ন কিঞ্চিদপি চিন্তয়েৎ ॥ ৯ ॥

স্থিরবুদ্ধিরসম্মূঢ়ো ব্রহ্মবিদ্রক্ষণি স্থিতঃ ।
বহির্ব্যোমস্থিতং নীত্যং নাসাগ্রে চ ব্যবস্থিতম্ ।
নিষ্কলং তং বিজানীয়াচ্ছাসো যত্র লয়ং গতঃ ॥ ১০ ॥

পুটদ্বয়বিনির্মুক্তো বায়ুর্য়ত্র বিলীয়তে ।
তত্র সংস্থঃ মনঃ কৃষ্ণা তং ধ্যায়েৎপার্থ ঈশ্বরম্ । ১১
নির্মলং তং বিজানীয়াৎষড়্ভূমিরহিতং শিবম্ ।
প্রভাশূন্যং মনঃশূন্যং বুদ্ধিশূন্যং নিরাময়ম্ । ১২
সর্বশূন্যং নিরাভাসং সমাধিস্থস্য লক্ষণম্ ।
ত্রিশূন্যং যো বিজানীয়াৎস তু মুচ্যেত বন্ধনাৎ । ১৩
স্বয়মুচ্চলিতে দেহে দেহী ন্যস্তসমাধিনা ।
নিশ্চলং তদ্বিজানীয়াৎসমাধিস্থস্য লক্ষণম্ । ১৪
অমাত্রং শব্দরহিতং স্বরব্যঞ্জনবর্জিতম্ ।
বিন্দুনাদকলাতীতং যন্তুং বেদ স বেদবিৎ । ১৫
প্রাপ্তে জ্ঞানেন বিজ্ঞানে জ্ঞেয়ে চ হৃদি সংস্থিতে ।
লব্ধশান্তিপদে দেহে ন যোগো নৈব ধারণা । ১৬
যো বেদাদৌ স্বরঃ প্রোক্তো বেদান্তে চ প্রতিষ্ঠিতঃ ।
তস্য প্রকৃতিলীনস্য যঃ পরঃ স মহেশ্বরঃ । ১৭
নাবার্থী চ ভবেত্তাবদ্যাবৎপারং ন গচ্ছতি ।
উত্তীর্ণে চ সরিৎপারে নাবয়া কিং প্রয়োজনম্ ॥ ১৮ ॥

গ্রন্থমভ্যস্য মেধাবী জ্ঞানবিজ্ঞানতৎপরঃ ।
পলালমিব ধান্যার্থী ত্যজেদগ্রন্থমশেষতঃ ॥ ১৯ ॥

উল্কাহস্তো যথা কশ্চিদদ্রব্যমালোক্য তাং ত্যজেৎ ।
জ্ঞানেন জ্ঞেয়মালোক্য পশ্চাৎজ্ঞানং পরিত্যজেৎ ॥ ২০ ॥

যথামৃতেন তৃপ্তস্য পয়সা কিং প্রয়োজনম্ ।
এবং তং পরমং জ্ঞানং বেদৈর্নাস্তি প্রয়োজনম্ ॥ ২১ ॥

জ্ঞানামৃতেন তৃপ্তস্য কৃতকৃত্যস্য যোগিনঃ ।
ন চাস্তি কিঞ্চিৎকর্তব্যমস্তি চেন্ন স তত্ববিৎ ॥ ২২ ॥

তৈলধারামিবাচ্ছিন্নং দীর্ঘঘণ্টানিনাদবৎ ।
অবাচ্যং প্রণবস্যাগ্রং যন্তুং বেদ স বেদবিৎ ॥ ২৩ ॥

আত্মানমরণিং কৃষ্ণা প্রণবং চোত্তরারণিম্ ।
ধ্যাননির্মথনাভ্যাসাদেবং পশ্যেন্নিগূঢ়বৎ ॥ ২৪ ॥

তাদৃশং পরমং রূপং স্মরেৎপার্থ হ্যনন্যধীঃ ।
বিধূমাগ্নিনিভং দেবং পশ্যেদন্ত্যন্তনির্মলম্ ॥ ২৫ ॥

দূরস্থোহপি ন দূরস্থঃ পিণ্ডস্থঃ পিণ্ডবর্জিতঃ ।
বিমলঃ সর্বদা দেহী সর্বব্যাপী নিরঞ্জনঃ ॥ ২৬ ॥

কায়স্থোহপি ন কায়স্থঃ কায়স্থোহপি ন জায়তে ।
কায়স্থোহপি ন ভুঞ্জানঃ কায়স্থোহপি ন বধ্যতে ॥ ২৭ ॥

(কায়স্থোহপি ন লিপ্তঃ স্যাৎকায়স্থোহপি ন বাধ্যতে ।)
তিলমধ্যে যথা তৈলং ক্ষীরমধ্যে যথা ঘৃতম্ ।
পুষ্পমধ্যে যথা গন্ধঃ ফলমধ্যে যথা রসঃ । ২৮
তথা সর্বগতো দেহী দেহমধ্যে ব্যবস্থিতঃ ।

মনস্হো দেশিনাং দেবো মনোমধ্যে ব্যবস্থিতঃ ।
কার্ঠাগ্নিবৎপ্রকাশেত আকাশে বায়ুবৃষ্টিরেৎ ॥ ২৯ ॥

মনস্হং মনমধ্যস্হং মধ্যস্হং মনবর্জিতম্ ।
মনসা মন আলোক্য স্বয়ং সিধ্যন্তি যোগিনঃ ॥ ৩০ ॥

আকাশং মানসং কৃৎস্না মনঃ কৃৎস্না নিরাশ্পদম্ ।
নিশ্চলং তদ্বিজানীয়াৎসমাধিস্থস্য লক্ষণম্ ॥ ৩১ ॥

যোগামৃতরসং পীত্বা বায়ুভক্ষঃ সদা সুখী ।
যমমভ্যস্যতে নিত্যং সমাধিস্মৃত্যুনাশকৃৎ ॥ ৩২ ॥

উর্ধ্বশূন্যমধঃশূন্যং মধ্যশূন্যং যদাত্মকম্ ।
সর্বশূন্যং স আত্মেতি সমাধিস্থস্য লক্ষণম্ ।
শূন্যভাবিতভাবাত্মা পুণ্যপাপৈঃ প্রমুচ্যতে ॥ ৩৩ ॥

অর্জুন উবাচ-
অদৃশ্যে ভাবনা নাস্তি দৃশ্যমেতদ্বিনশ্যতি ।
অবর্ণমস্বরং ব্রহ্ম কথং ধ্যায়ন্তি যোগিনঃ ॥ ৩৪ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-
উর্ধ্বপূর্ণমধঃপূর্ণং মধ্যপূর্ণং যদাত্মকম্ ।
সর্বপূর্ণং স আত্মেতি সমাধিস্থস্য লক্ষণম্ ॥ ৩৫ ॥

অর্জুন উবাচ-
সালম্বস্যাপ্যনিত্যস্বং নিরালম্বস্য শূন্যতা ।
উভয়োরপি দুষ্টস্বাং কথং ধ্যায়ন্তি যোগিনঃ ॥ ৩৬ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-
হৃদয়ং নির্মলং কৃৎস্না চিন্তয়িত্বাপ্যনাময়ম্ ।
অহমেব ইদং সর্বমিতি পশ্যেৎপরং সুখম্ ॥ ৩৭ ॥

অর্জুন উবাচ-
অক্ষরাণি সমাত্রাণি সর্বে বিন্দুসমাশ্রিতাঃ ।
বিন্দুভির্ভিদ্যতে নাদঃ স নাদঃ কেন ভিদ্যতে ॥ ৩৮ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-
অনাহতস্য শব্দস্য তস্য শব্দস্য যো ধ্বনিঃ ।
ধ্বনেরন্তর্গতং জ্যোতির্জ্যোতিরন্তর্গতং মনঃ ।
তন্মনো বিলয়ং যাতি তদ্বিষ্ণোঃ পরমং পদম্ ॥ ৩৯ ॥

ওঁকারধ্বনিনাদেন বায়োঃ সংহরণান্তিকম্ ।
নিরালম্বং সমুদ্दिश्य যত্র নাদো লয়ং গতঃ ॥ ৪০ ॥

অর্জুন উবাচ-
ভিল্পে পঞ্চাত্মকে দেহে গতে পঞ্চসু পঞ্চধা ।
প্রাণৈর্বিমুক্তে দেহে তু ধর্মাধর্মৌ ক্র গচ্ছতঃ ॥ ৪১ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-

ধৰ্মাধৰ্মৌ মনশ্চৈব পঞ্চভূতানি যানি চ ।

ইন্দ্রিয়াণি চ পঞ্চৈব যাশ্চান্যাঃ পঞ্চ দেবতাঃ ॥ ৪২ ॥

তাস্চৈব মনসা সৰ্বে নিত্যমেবাভিমানতঃ ।

জীবেন সহ গচ্ছন্তি যাবত্ত্বং ন বিন্দতি ॥ ৪৩ ॥

অৰ্জুন উবাচ-

স্বাবরং জঙ্গমং চৈব যৎকিঞ্চিৎসচরাচরম্ ।

জীবা জীবেন সিধ্যন্তি স জীবঃ কেন সিধ্যতি ॥ ৪৪ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-

মুখনাসিকয়োর্মধ্যে প্রাণঃ সঞ্চরতে সদা ।

আকাশঃ পিবতে প্রাণং স জীবঃ কেন জীবতি ॥ ৪৫ ॥

অৰ্জুন উবাচ-

ব্রহ্মাণ্ডব্যাপিতং ব্যোম ব্যোম্ভা চাবেষ্টিতং জগৎ ।

অন্তর্বহিষ্চ তদ্ব্যোম কথং দেবো নিরঞ্জনঃ ॥ ৪৬ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-

আকাশো হ্যবকাশশ্চ আকাশব্যাপিতং চ যৎ ।

আকাশস্য গুণঃ শব্দো নিঃশব্দো ব্রহ্ম উচ্যতে ॥ ৪৭ ॥

অৰ্জুন উবাচ-

দন্তোষ্ঠতালুজিহ্বানামাস্পদং যত্র দৃশ্যতে ।

অক্ষরং কুতস্তেষাং ক্ষরং বর্ততে সদা ॥ ৪৮ ॥

অঘোষমব্যঞ্জনমস্বরং চাপ্যতালুকণ্ঠোষ্ঠমনাসিকং চ ।

অরেখজাতং পরমূখ্যবর্তিতং তদক্ষরং ন ক্ষরতে কথঞ্চিৎ ॥ ৪৯ ॥

অৰ্জুন উবাচ-

জ্ঞাস্বা সর্বগতং ব্রহ্ম সর্বভূতাধিবাসিতম্ ।

ইন্দ্রিয়াণাং নিরোধেন কথং সিধ্যন্তি যোগিনঃ ॥ ৫০ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-

ইন্দ্রিয়াণাং নিরোধেন দেহে পশ্যন্তি মানবাঃ ।

দেহে নষ্টে কুতো বুদ্ধিবুদ্ধিনাশে কুতো জ্ঞাতা ॥ ৫১ ॥

তাবদেব নিরোধঃ স্যাদ্যাবত্ত্বং ন বিন্দতি ।

বিদিতে তু পরে তস্মৈ একমেবানুপশ্যতি ॥ ৫২ ॥

নবচ্ছিন্নকৃতা দেহাঃ প্রবন্তি গলিকা ইব ।

নৈব ব্রহ্ম ন শুদ্ধং স্যাৎপুমাত্রব্রহ্ম ন বিন্দতি ॥ ৫৩ ॥

অত্যন্তমলিনো দেহো দেহী চাত্যন্তনির্মলঃ ।

উভয়োরন্তরং জ্ঞাস্বা কস্য শৌচং বিধীয়তে ॥ ৫৪ ॥

ইতি উত্তরগীতায়াং প্রথমোঃধ্যায়ঃ ।

অথ দ্বিতীয়োহধ্যায়ঃ

(অরুচস্যারুচ্যেচ্ছ স্বরূপে পরিকীর্তিতে ।
তত্রারুচস্য বিষ্টৈক্যং কথং স্যাদিতি পৃচ্ছতি ॥)
অৰ্জুন উবাচ-
জ্ঞান্বা সৰ্বগতং ব্রহ্ম সৰ্বজ্ঞং পরমেশ্বরম্ ।
অহং ব্রহ্মেতি নির্দেষ্টুং প্রমাণং তত্র কিং ভবেৎ ॥ ১ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-
যথা জলং জলে ক্ষিপ্তং ক্ষীরে ক্ষীরং ঘূতে ঘৃতম্ ।
অবিশেষো ভবেত্তদ্বক্ষীবান্নপরমাত্মনোঃ ॥ ২ ॥

জীবে পরেণ তাদাত্ম্যং সৰ্বগং জ্যোতিরীশ্বরম্ ।
প্রমাণলক্ষণৈর্জ্ঞেয়ং স্বয়মেকাগ্রবেদিনা ॥ ৩ ॥

অৰ্জুন উবাচ-
জ্ঞানাদেব ভবেজ্ঞেয়ং বিদিত্বা তৎক্ষণেন তু ।
জ্ঞানমাত্রেন মুচ্যেত কিং পুনর্যোগধারণা ॥ ৪ ॥

শ্রীভগবানুবাচ-
জ্ঞানেন দীপিতে দেহে বুদ্ধিৰ্ভ্রমসমম্বিতা ।
ব্রহ্মজ্ঞানাগ্নিনা বিদ্বান্নির্দহেৎকৰ্মবন্ধনম্ ॥ ৫ ॥

ততঃ পবিত্রং পরমেশ্বরাত্ম্যমদ্বৈতরূপং বিমলান্বরাভম্ ।
যথোদকে তোয়মনুপ্রবিষ্টং তথান্নরূপো নিরুপাধিসংস্থঃ ॥ ৬ ॥

আকাশবৎসূক্ষ্মশরীর আত্মা ন দৃশ্যতে বায়ুবদন্তরাত্মা ।
স বাহ্যমভ্যন্তরনিশ্চলাত্মা অন্তর্মুখং পশ্যতি তত্ত্বমৈক্যম্ ॥ ৭ ॥

যত্র যত্র মৃতো জ্ঞানী যেন কেনাপি মৃত্যুনা ।
যথা সৰ্বগতং ব্যোম তত্র তত্র লয়ং গতঃ ॥ ৮ ॥

(শরীরব্যাপিতং ব্যোম ভুবনানি চতুর্দশ ।
নিশ্চলো নির্মলো দেহী সৰ্বব্যাপী নিরঞ্জনঃ ॥ ৯ ॥)
শরীরব্যাপি চৈতন্যং জাগ্রদাদি প্রভেদতঃ ।
ন স্বেকদেশবর্ষং অম্বয়ব্যতিরেকতঃ ॥ ১০ ॥

মূহূর্তমপি যো গচ্ছেন্নাসাগ্রে মনসা সহ ।
সৰ্বং তরতি পাপ্মানং তস্য জন্ম শতার্জিতম্ ॥ ১০ ॥

দক্ষিণে পিঙ্গলা নাড়ী বহ্নিমণ্ডলগোচরা ।
দেবযানমিতি জ্ঞেয়া পুণ্যকৰ্মানুসারিণী ॥ ১১ ॥

ইলা চ বামনিস্বাসসোমমণ্ডলগোচরা ।
পিতৃয়ানমিতি জ্ঞেয়ং বামমাশ্রিত্য তিষ্ঠতি ॥ ১২ ॥

গুদস্য পৃষ্ঠভাগেহস্মিন্ধীশাদগুস্য দেহভূৎ ।
দীর্ঘাস্তি মূর্ধ্বপৰ্যন্তং ব্রহ্মদণ্ডীতি কথ্যতে ॥ ১৩ ॥

তস্যান্তে সুমিরং সূক্ষ্মং ব্রহ্মনাডীতি সূরিভিঃ ॥ ১৪ ॥

ইলাপিঙ্গলয়োর্মধ্যে সুসুম্না সূক্ষ্মরূপিনী ।
সর্বং প্রতিষ্ঠিতং যস্মিন্ধবর্গং সর্বতোমুখম্ ॥ ১৫ ॥

তস্য মধ্যগতাঃ সূর্যসোমগ্নিপরমেশ্বরাঃ ।
ভূতলোকা দিশঃ ক্ষেত্রসমুদ্রাঃ পর্বতাঃ শিলাঃ ॥

দ্বীপাশ্চ নিম্নগা বেদাঃ শাস্ত্রবিদ্যাকলাক্ষরাঃ ।
স্বরমন্ত্রপুরাণানি গুণাশ্চৈতে চ সর্বশঃ ॥

বীজং বীজান্নকাস্তেষাং ক্ষেত্রজ্ঞাঃ প্রাণবায়বঃ ।
সুসুম্নান্তর্গতং বিশ্বং তস্মিন্ধবর্গং প্রতিষ্ঠিতম্ ॥ ১৬ ॥

নানানাডীপ্রসবকং সর্বভূতান্তরায়ানি ।
উর্ধ্বমূলমধঃ শাখং বায়ুমার্গেণ সর্বগম্ ॥ ১৭ ॥

দ্বিসপ্ততিসহস্রাণি নাড্যঃ সূর্যবায়ুগোচরাঃ ।
কর্মমার্গেণ সুমিরাস্তির্যঞ্চঃ সুমিরান্নকাঃ ॥ ১৮ ॥

অধশ্চোর্ধ্বগতাস্তাসু নবদ্বারাণি শোধয়ন্ ।
বায়ুনা সহ জীবোর্ধ্বজ্ঞানী মোক্ষমবাপ্নুয়াৎ ॥ ১৯ ॥

অমরাবতীন্দ্রলোকোহস্মিন্ধাসাগ্রে পূর্বতো দিশি ।
অগ্নিলোকো হৃদি জ্ঞেয়শ্চক্ষুস্তেজোবতী পুরী ॥ ২০ ॥

যাম্যা সংযমনী শ্রোত্রে যমলোকঃ প্রতিষ্ঠিতঃ ।
নৈরুতো হ্যথ তৎপার্শ্বে নৈরুতো লোক আশ্রিতঃ ॥ ২১ ॥

বিভাবরী প্রতীচ্যাং তু পৃষ্ঠে বারুণিকা পুরী ।
বায়োগন্ধবতী কর্ণপার্শ্বে লোকঃ প্রতিষ্ঠিতঃ ॥ ২২ ॥

সৌম্যা পুষ্পবতী সৌম্যে সোমলোকস্ত কণ্ঠতঃ ।
বামকর্ণে তু বিজ্ঞেয়ো দেহমাশ্রিত্য তিষ্ঠতি ॥ ২৩ ॥

বামে চক্ষুষি চৈশানী শিবলোকো মনোন্মনী ।
মূর্ধ্নি ব্রহ্মপুরী জ্ঞেয়া ব্রহ্মাণ্ডং দেহমাশ্রিতম্ ॥ ২৪ ॥

পাদাদধঃ শিবোহনন্তঃ কালাগ্নিপ্রলয়ান্নকঃ ।
অনাময়মধশ্চোর্ধ্বং মধ্যমং তু বহিঃ শিবম্ ॥ ২৫ ॥

অধঃ পদোহতলং বিদ্যাং পাদং চ বিতলং বিদুঃ ।
নিতলং পাদসন্ধিশ্চ সুতলং জঙ্ঘমুচ্যতে ॥ ২৬ ॥

মহাতলং তু জানু স্যাদুরুদেহো রসাতলম্ ।
কটিস্থালতলং প্রোক্তং সপ্ত পাতালসংশ্লিষ্টয়া ॥ ২৭ ॥

কালাগ্নিনরকং ঘোরং মহাপাতালসংশ্লিষ্টয়া ।
পাতালং নাভ্যধোভাগো ভোগীন্দ্রফণিমণ্ডলম্ ।
বেষ্টিতঃ সর্বতোহনন্তঃ স বিভ্রাজীবসংশ্লিষ্টকঃ ॥ ২৮ ॥

ভূলোকং নাভিদেশং তু ভুবলোকং তু কুক্ষিতঃ ।
হৃদয়ং স্বর্গলোকং তু সূর্যাদিগ্রহতারকাঃ ॥ ২৯ ॥

সূর্যসোমসুনক্ষত্রং বৃধশুক্রকুজাগ্নিরাঃ ।
মন্দশ্চ সপ্তমো হ্যেষ ধ্রুবোহতঃ স্বর্গলোকতঃ ।
হৃদয়ে কল্পয়ন্যোগী তস্মিন্ সর্বসুখং লভেৎ ॥ ৩০ ॥

হৃদয়স্য মহলোকং জনোলোকং তু কণ্ঠতঃ ।
তপোলোকং ধ্রুবোর্মধ্যে মূর্ধ্নি সত্যং প্রতিষ্ঠিতম্ ॥ ৩১ ॥

ব্রহ্মাণ্ডরূপিনী পৃথ্বী তোয়মধ্যে বিলীয়তে ।
অগ্নিনা পচ্যতে তোয়ং বায়ুনা গ্রস্যতেহনলঃ ॥ ৩২ ॥

আকাশং তু পিবেদ্বায়ুঃ মনশ্চাকাশমেব চ ।
বুদ্ধাহঙ্কারচিৎ চ ক্ষেত্রজঃ পরমাত্মনি ॥ ৩৩ ॥

অহং ব্রহ্মেতি মাং ধ্যামেদেকাগ্রমনসা সকৃৎ ।
সর্বং তরতি পাপ্মানং কল্পকোটিশিতৈঃ কৃতম্ ॥ ৩৪ ॥

ঘটসংবৃতমাকাশং নীয়মানে ঘটে যথা ।
ঘটো নশ্যতি নাকাশং তদ্বজ্জীব ইহাত্মনি ॥ ৩৫ ॥

ঘটাকাশমিবাত্মানং বিলয়ং বেত্তি তস্মতঃ ।
স গচ্ছতি নিরালম্বং জ্ঞানালোক্যং ন সংশয়ঃ ॥ ৩৬ ॥

তপেদ্বর্ষসহস্রাণি একপাদস্থিতো নরঃ ।
একস্য ধ্যানযোগস্য কলাং নারহন্তি ষোড়শীম্ ॥

আলোভ্য চতুরো বেদান্ধর্মশাস্ত্রাণি সর্বদা ।
যো বৈ ব্রহ্ম ন জানাতি দবী পাকরসং যথা ॥

যথা খরশ্চন্দনভারবাহী
সারস্য বাহী ন তু চন্দনস্য ।
এবং হি শাস্ত্রাণি বহুন্যধীত্য
সারং স্বজানন্খরবদ্বহেৎসঃ ॥ ৩৭ ॥

অনন্তকর্ম শৌচং চ জপো যন্তস্তথৈব চ ।
তীর্থযাত্রাদিগমনং যাবত্ত্বং ন বিন্দতি ॥ ৩৮ ॥

স্বয়মুচ্চলিতে দেহে অহং ব্রহ্মাত্র সংশয়ী ।
চতুর্বেদধরো বিপ্রঃ সূক্ষ্মং ব্রহ্ম ন বিন্দতি ॥ ৩৯ ॥

গবামনেকবর্ণানাং ক্ষীরং স্যাদেকবর্ণকম্ ।
ক্ষীরবদৃশ্যতে গুণানং দেহিনাং চ গবাং যথা ॥ ৪০ ॥

আহারনিদ্রাভয়মৈখুনং চ সমানমেতৎ পশুভির্নরাণাম্ ।
গুণানং নরাণামধিকং বিশেষো গুণেন হীনাঃ পশুভিঃ সমানাঃ ॥ ৪১ ॥

প্রাতরমুত্র পুরীষাভ্যাং মধ্যাহ্নে ক্ষুৎপিপাসয়া ।
তৃপ্তাঃ কামেন বর্ধন্তে চান্তে বা নিশি নিদ্রয়া ॥ ৪২ ॥

নাদবিন্দুসহস্রাণি জীবকোটিশতানি চ ।
সর্বং চ ভস্মনির্ধূতং যত্র দেবো নিরঞ্জনঃ ॥ ৪৩ ॥

অহং ব্রহ্মেতি নিয়তো মোক্ষহেতুর্মহাত্মনাম্ ॥ ৪৪ ॥

দ্বৈ পদে বন্ধমোক্ষায় ন মমেতি মমেতি চ ।
মমেতি বধ্যতে জন্তুর্ন মমেতি বিমুচ্যতে ॥ ৪৫ ॥

মনসো হ্যন্মনীভাবাদ্ভৈতং নৈবোপলভ্যতে ।
যদা যাত্যন্মনীভাবং তদা তৎপরমং পদম্ ॥ ৪৬ ॥

হন্যান্মুষ্টিভিরাকাশং ক্ষুধার্তঃ খণ্ডয়েত্তুষম্ ।
নাহং ব্রহ্মেতি জানাতি তস্য মুক্তির্ন জায়তে ॥ ৪৭ ॥

ইতি উত্তরগীতায়াং দ্বিতীয়োহধ্যায়ঃ ॥

তৃতীয়োহধ্যায়ঃ

(যোগী ব্যর্থক্রিয়ালাপপরিত্যাগেন শান্তধীঃ ।
তৃতীয়ে শরণং যাত্যাকুরিমবেতি কীর্ত্যতে ॥)
শ্রীভগবানুবাচ-

অনন্তশাস্ত্রং বহুবেদিতব্যমল্লশ্চ কালো বহুবশ্চ বিঘ্নাঃ ।
যৎসারভূতং তদুপাসিতব্যং হংসো যথা ক্ষীরমিবাস্থমিশ্রম্ ॥ ১ ॥

পুরাণং ভারতং বেদশাস্ত্রাণি বিবিধানি চ ।
পুত্রদারাদিসংসারো যোগাভ্যাসস্য বিঘ্নকৃৎ ॥ ২ ॥

ইদং গুণানমিদং জ্ঞেয়ং যঃ সর্বং গুণাতুমিচ্ছতি ।
অপি বর্ষসহস্রায়ুঃ শাস্ত্রান্তং নাধিগচ্ছতি ॥ ৩ ॥

বিজ্ঞেয়োহক্ষরতন্মাত্রং জীবিতং চাপি চঞ্চলম্ ।
বিহায় শাস্ত্রজালানি যৎসত্যং তদুপাস্যতাম্ ॥ ৪ ॥

পৃথিব্যাং যানি ভূতানি জিহ্নোপস্থনিমিত্তিকম্ ।
জিহ্নোপস্থপরিত্যাগে পৃথিব্যাং কিং প্রয়োজনম্ ॥ ৫ ॥

তীর্থানি তোয়পূর্ণানি দেবানপাশাণমুগ্ময়ান্ ।
যোগিনো ন প্রপদ্যন্তে আত্মাধ্যানপরায়ণাঃ ॥ ৬ ॥

অগ্নিদেবো দ্বিজাতীনাং মুনীনাং হৃদি দৈবতম্ ।
প্রতিমা স্বল্পবুদ্ধীনাং সর্বত্র সমদর্শিনাম্ ॥ ৭ ॥

সর্বত্রাবস্থিতং শান্তং ন প্রপশ্যেজ্জনাদনম্ ।
জ্ঞানচক্ষুর্বিহীনস্বাদন্ধঃ সূর্যমিবোদিতম্ ॥ ৮ ॥

যত্র যত্র মনো যাতি তত্র তত্র পরং পদম্ ।
তত্র তত্র পরং ব্রহ্ম সর্বত্র সমবস্থিতম্ ॥ ৯ ॥

দৃশ্যন্তে দৃশি রূপাণি গগনং ভাতি নির্মলম্ ।
অহমিত্যক্ষরং ব্রহ্ম পরমং বিষ্ণুমব্যয়ম্ ॥ ১০ ॥

অহমেকমিদং সর্বং ইতি পশ্যেৎ পরং সুখম্ ।
দৃশ্যতে তৎখগাকারং খগাকারং বিচিন্তয়েৎ ॥

সকলং নিষ্কলং সূক্ষ্মং মোক্ষদ্বারেণ নির্গতম্ ।
অপবর্গস্য নির্বাণং পরমং বিষ্ণুমব্যয়ম্ ॥

সর্বতো জ্যোতিরাকাশং সর্বভূতাধিবাসিনম্ ।
সর্বত্র পরমাত্মানং ব্রহ্মাত্মা পরমাত্মনাম্ ॥ ১১ ॥

অহং ব্রহ্মেতি যঃ সর্বং বিজানাতি নরঃ সদা ।
হন্যাৎস্বয়মিমানকামান্বর্বাশী সর্ববিক্রমী ॥ ১২ ॥

নিমিষং নিমিষার্ধং বা যত্র তিষ্ঠন্তি যোগিনঃ ।
তত্র তত্র কুরুক্ষেত্রং প্রয়াগো নৈমিষং বনম্ ॥

নিমিষং নিমিষার্ধং বা প্রাণিনোহধ্যাত্মাচিন্তকাঃ ।
ক্রতুকোটিসহস্রাণাং ধ্যানমেকং বিশিষ্যতে ॥ ১৩ ॥

ব্রহ্মজ্ঞানান্নান্যদস্তু নির্দহেৎ পুণ্যপাপকে ।
মিত্রামিত্রে সুখং দুঃখং ইষ্টানিষ্টে শুভাশুভে ।
এবং মানাপমানে চ তথা নিন্দাপ্রশংসনে ॥ ১৪ ॥

শতচ্ছিদ্রান্বিতা কস্থা শীতালীতনিবারণা ।
অচলা কেশবে ভক্তির্বিভবৈঃ কিং প্রয়োজনম্ ॥ ১৫ ॥

ভিক্ষাল্লং দেহরক্ষার্থং বস্ত্রং শীতনিবারণম্ ।

অশ্মানং চ হিরণ্যং চ শাকং শাল্যোদনং তথা ।
সমানং চিত্তয়েদ্যোগী যদি চিত্ত্যমপেক্ষতে ॥ ১৬ ॥

ভূতবস্তুন্যশোচিস্থে পুনর্জন্ম ন বিদ্যতে ॥ ১৭ ॥

(আত্মযোগমবোচদ্যো ভক্তিযোগশিরোমণিঃ ।
তং বন্দে পরমানন্দং নন্দনন্দনমীশ্বরম্ ॥)

ইতি উত্তরগীতায়াং তৃতীয়াঃধ্যায়ঃ ॥

ইতি উত্তরগীতা সমাপ্তা ।